



## 姿位引流與叩擊

應用重力原理及改變身體姿勢，使積在肺部的痰鬆脫，經由支氣管、氣管流出，再藉著咳嗽將痰咳出。

### 一、時間

- (一) 每天大約作 3~4 次，或每 2 小時一次。
- (二) 早上起床後，早餐前或飯後 1~1.5 小時做，以避免嘔吐。
- (三) 睡覺前做。
- (四) 接受呼吸治療後更有效。
- (五) 每次做多久，可視兒童情況與忍耐程度而定，一般為 10~15 分鐘。

### 二、扣擊法介紹

- (一) 方法：手呈杯狀，而且重覆地拍胸壁，使該部位的痰被引流，只要操作正確，叩擊應該是無痛性的，最好用一質軟的內衣或睡衣墊在胸壁上面，以保護寶寶的皮膚，手不要「啪」的一聲打下去，應利用手腕關節自然活動彎曲的力量穩穩地觸及胸壁。以拍痰器拍痰方式亦同。
- (二) 部位：用手觸摸或用耳朵及聽診器所聽到的痰液就在胸壁的那一部份。但心臟部位骨頭突出處、脊椎骨及腰部以下勿叩擊。

### 三、父母對姿位引流應有之認識

- (一) 姿位引流是利用「重力」原理，加上叩擊的力量，對於採取姿勢的原則為：凡是有痰的部位應朝上。
- (二) 一般寶寶不會將痰咳出，但是姿位引流對他們有相當的幫助。
- (三) 一些較深部的痰，因為爸媽的努力，將痰引流到上呼吸道，所以寶寶呼吸時會聽到明顯的痰音，表示病況有改善。
- (四) 一般而言，寶寶有痰，除了姿位引流外，像補充水份可以幫助稀釋痰液，進而使痰較容易排出。

